



MAPA DE RECURSOS

PARA LA PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN
DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN MUJERES
INMIGRANTES



PROGRAMA PARA LA SENSIBILIZACIÓN, PREVENCIÓN
Y PROTECCIÓN INTEGRAL EN VIOLENCIA DE GÉNERO EN MUJERES
INMIGRANTES Y SUS DESCENDIENTES



Agradecimientos a:

Inmaculada Pérez Rodríguez
Begoña Iriarte Martínez
Yasmín Duque Ramos
Carmen Yago Alonso

Edita:

Asociación Columbares
www.columbares.org

Redacción de contenidos:

Equipo del programa Mujeres Seguras y Libres:
Isabel Mª Cánovas García. Azucena Martínez Díaz. Mª José Illán Meseguer.
Pedro A. López Ruiz.

Coordinación de la publicación:

Ouafa Kyali Bouaouda.
Correo: wafa@columbares.org

Financia:

Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones, Secretaría
de Estado de Migraciones. Dirección General de Inclusión y Atención
Humanitaria.

Contacto:

Adrián Viudes, 9 Beniján 30570 Murcia
Teléfono: 968 824 241 / Correo: segurasylibres@columbares.org

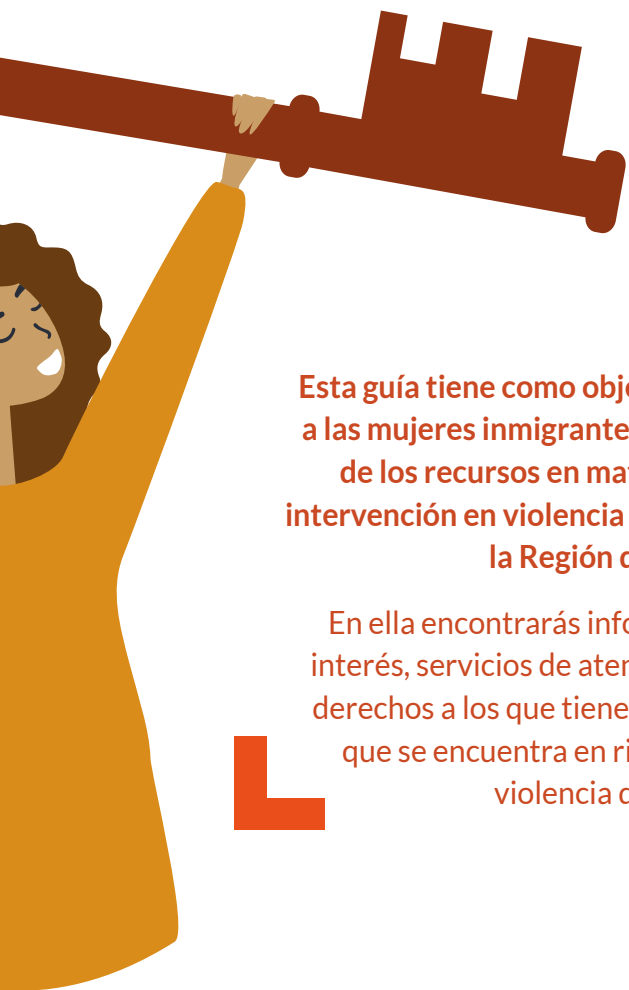
Impresión: NEXTCOLOR, S.L.

Depósito Legal: MU 725-2021

Impreso en papel sostenible de cultivo certificado.

©Asociación Columbares





Esta guía tiene como objeto facilitar información a las mujeres inmigrantes que residen en España de los recursos en materia de prevención e intervención en violencia de género que existen en la Región de Murcia.

En ella encontrarás información, teléfonos de interés, servicios de atención especializada y los derechos a los que tiene acceso cualquier mujer que se encuentra en riesgo o sea víctima de violencia de género.

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA DE GÉNERO?

La violencia de género es un **problema que sufrimos las mujeres y nuestras hijas e hijos cuando los hay**, pero que afecta a toda la sociedad. Hay **leyes que te protegen de la violencia de género** sin importar tu nacionalidad, si tienes papeles o no, o si la violencia es ejercida en el ámbito privado. En todas estas situaciones tienes derecho a recibir información, atención especializada y asesoramiento jurídico gratuito.

No es necesario denunciar para tener acceso a estos servicios, porque lo más importante es que des el primer paso y que te informes para mejorar tu vida y tu salud.

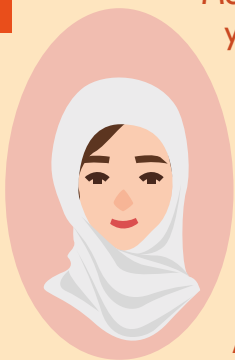


Consideramos violencia de género, cuando una mujer es objeto de cualquier acto de violencia física y/o psicológica por parte de quien es o haya sido su cónyuge o de quien tenga o haya tenido con ella una relación afectiva.¹

Recuerda que, aunque la violencia de género se desarrolla en gran medida en el ámbito privado, eso no quiere decir que sea un acto privado, **ya que nos afecta a todas y todos**, y por ello, perjudica a la sociedad en su conjunto.



¹ (Artículo 1 de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género).



“Me llamo Aicha (*nombre ficticio*), tengo 33 años y 4 hijos. Me vine a España porque me casé en Marruecos con un hombre de mi pueblo mayor que yo, que vivía en España y que me reagrupó cuando estaba embarazada. No hablaba español y me sentía muy sola y asustada por el parto, tan lejos de mi familia. Nació una niña y mi marido estaba muy decepcionado, ya que quería un varón. Al poco, me quedé embarazada de la segunda y ahí fue cuando empezaron los malos tratos

físicos, forzándome a tener relaciones, no dándome dinero, con celos y con continuos desprecios, incluso delante de las niñas. Mi familia decía que aguantara y que cuando le diera el varón todo cambiaría. Un día en el centro de salud, con la mediadora, me eché a llorar, pero le supliqué que no se lo contara a nadie porque me daba mucha vergüenza, ya que pensaba que la culpa era mía y tenía miedo de quedarme sola y que me quitaran a las niñas porque creía que no tenía dónde ir. Por fin me quedé embarazada de un niño, sin embargo, la cosa no mejoró, fue empeorando cada día: más desprecios, más relaciones que yo no quería, mucho más después de que la cuarta fuera otra niña.

Poco a poco, he ido aprendiendo español y después de 10 años he decidido a denunciar: pedí ayuda en una asociación, y me han acompañado en todos los pasos. Al principio fue muy difícil, pero mis hijas y mi hijo estaban sufriendo mucho, ese no es el futuro que quiero para ellos. Ahora quiero que estudien, para que tengan buenos trabajos el día de mañana. Yo he hecho una formación y espero que muy pronto pueda empezar a trabajar y salir adelante. Lo único que quiero es vivir tranquila”.





Mi nombre es Paola (*nombre ficticio*) y en Colombia era profesora de jardín infantil. Llegué con una visa de turismo hace 4 años y dejé a mi única hija con mi mamá allá. Empecé trabajando como interna en varios trabajos donde no me trataban bien. Entonces conocí a José Antonio, que era español y, aunque nos veíamos muy poco, me hacía sentir como una reina. Me fue convenciendo de que lo mejor era que trabajara menos para pasar más tiempo juntos, que él iba a cuidar de mí, que me iba a ayudar a arreglar mis papeles a través de un amigo y que así podría traerme muy pronto a mi niña de Colombia, que es mi sueño. Él era un hombre amable y detallista, menos cuando tomaba: hablaba gritando, se ponía celoso y me decía que yo era solo suya. Al principio, aunque me incomodaba, me decía a mí misma que eso era porque me quería. Un día nos peleamos porque acepté un trabajo sin su permiso y ahí fueron los primeros insultos y los primeros empujones. Yo me fui, pero él me buscó, me suplicó perdón y me pidió el pasaporte con la excusa de preparar los documentos para casarnos, y ya nunca me lo devolvió valiéndose de excusas.

Mi amiga me mandaba el teléfono de emergencias y me presionaba para que llamara al 016 para informarme de mis papeles, pero yo no quería llamar, no creía que me estuviera maltratando, no me fiaba de nadie, sentía mucha ansiedad y tenía mucho miedo de que me expulsaran de España.

Una mañana se puso muy violento y me amenazó con matarme si le dejaba. Me dio mucho miedo, me encerré en el baño y llamé al 112. Ojalá hubiera hecho mucho antes esa llamada. La policía me ayudó a recuperar mi pasaporte y me informó de todo para poder denunciar y pedir una orden de alejamiento. A través de la trabajadora social, ahora acudo a un servicio que me está ayudando a recuperarme psicológicamente y a regularizar mis papeles. Lo estoy pasando mal, me siento muy sola, yo lo quería, nunca pensé que todo esto pudiera pasarme a mí..."



Las relaciones de pareja deben ser una fuente de bienestar y tienen gran importancia en nuestra vida. Desgraciadamente, a menudo, estas relaciones son una fuente de malestar, de dificultades y de dependencia emocional, en lugar de ser vividas desde el amor, la complicidad y la autonomía.

La educación recibida, las malas experiencias y la falta de apoyos y comprensión hacia lo que sentimos como mujeres, hacen que a veces pasemos a considerar como “normales” determinadas acciones y/o pensamientos que son puros actos de violencia a los que nos hemos acostumbrado.



Estos comportamientos se pueden situar en una escala que va desde la máxima gravedad (como las agresiones físicas o la muerte) a formas más leves de violencia que a veces pasan desapercibidas, pero causan un gran daño psicológico a la mujer que las recibe.



¿CÓMO DE SANA ES MI RELACIÓN DE PAREJA?



CUIDADO SI...

- Te miente o engaña.
- Te ignora.
- Se muestra celoso o posesivo.
- Te manipula o chantajea para que hagas lo que él quiere.
- Te culpa de todos sus problemas.
- Te ridiculiza u ofende.

REACCIONA SI...



- Te controla y/o espía.
- Se venga de ti rompiendo tus cosas.
- Te controla el dinero.
- Te infravalora o descalifica a solas o en presencia de otras personas, incluso tus hijos.
- Te acaricia de forma agresiva y/o te golpea "jugando".
- Te empuja o tironea para que hagas lo que quiere.
- Te obliga o te impide usar métodos anticonceptivos.
- Retiene tu documentación y/o la de tus hijos/as.

ACTÚA SIN DUDAR SI...



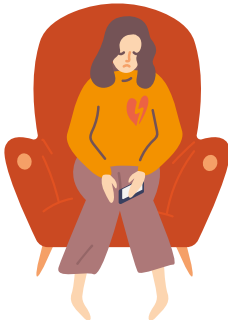
- Te maltrata verbal y/o psicológicamente de forma habitual.
- No te deja trabajar o estudiar.
- Te impide o dificulta ver a tu familia, amigos o vecinos, y poco a poco te va aislando.
- A veces, te da mucho miedo.
- Te presiona para mantener relaciones sexuales, o formas de relaciones que no te agradan.
- Te ha llegado a hacer daño físicamente.
- En alguna ocasión, te ha encerrado para que no puedas salir.
- Te ha amenazado de muerte y/o con objetos y armas.
- Has sentido temor por tu vida.

Si reconoces uno o más de estos comportamientos en tu relación de pareja o expareja, te recomendamos que uses los recursos que te detallamos a continuación.

TEST PARA ÉL Y PARA ELLA

Haz este test y compártelo con una amiga si crees que lo necesita:

<https://web.ua.es/es/dia-violencia-genero/documentos/25n-2012/campana-semaforo.pdf>





AGENDA DE RECURSOS PARA PEDIR INFORMACIÓN Y AYUDA

Si sufres violencia de género en cualquiera de sus formas, lee atentamente esta información e intenta memorizar los números de emergencia por si necesitas usarlos en el futuro.

Hay una serie de recursos sociales y económicos para ayudarte a ti y a tus hijas e hijos en función de la situación en la que te encuentres.

1. El 016 es el teléfono de atención a todas las formas de violencia contra las mujeres.



Si tú o una persona cercana está sufriendo algún tipo de violencia de género, este teléfono gratuito y confidencial ofrece información, asesoramiento y apoyo psicológico 24 horas al día los 365 días del año.

Puedes hablar con ellas hasta en 53 idiomas y ofrece información, tanto a las víctimas como a personas del entorno, y deriva llamadas a otros servicios más especializados cuando es necesario.

Este número, no aparece en la factura, pero hay que borrarlo del historial de llamadas.

Accesibilidad para personas con discapacidad auditiva y/ o del habla.



SVl visual: <http://www.svisual.org>



Telesor: <https://www.telesor.es>



DTS / teléfono de texto: 900 116 016



Tfno: 016



016-online@igualdad.gob.es



WhatsApp: 600 000 016

OTROS RECURSOS INSTITUCIONALES



W Delegación de Gobierno contra la violencia de género.

Ministerio de Igualdad. <https://violenciagenero.igualdad.gob.es>



W Portal de igualdad y prevención de la violencia de género.

Región de Murcia <https://igualdadyviolenciadegenero.carm.es>



W Guía de derechos para las mujeres víctimas de violencia de género.

Ministerio de Igualdad.

<https://violenciagenero.igualdad.gob.es/informacionUtil/derechos/docs/guiaderechos.pdf>

2. El 112 es un teléfono disponible para toda la ciudadanía, para cualquier tipo de emergencia, gratuito, 24 horas, 365 días al año.

Presta atención de urgencia a servicios sanitarios y sociosanitarios y tiene servicio de traducción telefónica.



Este servicio permite tener instalada APP MÓVIL para toda la REGIÓN DE MURCIA, que en una situación de emergencia envía tu posición GPS, permite usar el chat de texto por si no puedes hablar y ofrece traducción simultánea si el idioma es distinto al español. También es accesible a personas con discapacidad auditiva y/o del habla.



3. CAVI: Centro de Atención Especializada para Mujeres Víctimas de Violencia.



El CAVI es un servicio gratuito para mujeres víctimas de violencia de género, españolas o extranjeras, que hayan sufrido o estén sufriendo cualquier acto de violencia de género (físico, psicológico, económico y/o sexual) a manos de su pareja o expareja.

En este servicio, recibirás atención psicológica adaptada a tu situación, asesoramiento personalizado y gestión de distintos recursos, información y asesoramiento jurídico, y también cuenta con un servicio de traducción.

Además, desde allí se gestiona la derivación al Servicio de Atención Psicológica para Menores Expuestos a la Violencia de Género y a otros recursos que fueran necesarios.



TELÉFONO ÚNICO DE CITA PREVIA CAVI 900 710 061

**RECUERDA: NO ES NECESARIA UNA DENUNCIA PREVIA
PARA SER ATENDIDA EN ESTOS RECURSOS.**

ANTE UNA SITUACIÓN DE EXTREMA EMERGENCIA



Si vives una situación de violencia de género, lo más importante es la protección de tu vida, tu integridad física y la seguridad de tus hijos e hijas.

Ten previsto un espacio seguro dentro de tu vivienda para poder llamar al 112 o al 016 en caso de emergencia.

Intenta tener preparadas tus cosas ante una posible huida del domicilio que te permita abandonar la casa de una forma rápida y evitar posteriores complicaciones. Te recomendamos llevar contigo:

- Documento de identidad (Tarjeta de Residencia o Pasaporte) tuyo y de tus hijas e hijos y/o fotocopias.
- Libro de familia y tarjetas sanitarias o fotocopias.
- Juego de llaves del domicilio y del coche.
- Una muda de ropa para ti y para tus hijas e hijos.
- Teléfono móvil cargado.

Puedes darle fotocopias de la documentación a alguien de confianza para que las guarde.



¿AÚN TIENES DUDAS?

**TE AYUDAMOS A RESOLVERLAS
A CONTINUACIÓN:**

Nuestra situación específica nos puede hacer plantearnos dudas y preocupaciones sobre nuestro caso.

Hemos elaborado una serie de respuestas que te pueden ayudar.

¿Y si sufro violencia de género, PERO AÚN NO HE DECIDIDO SI QUIERO DENUNCIAR?

- Lo primero, necesito comunicar la situación en la que me encuentro a mi familia o amistades de confianza para que me puedan acompañar y ofrecer el apoyo emocional que necesito.
- Llamar al teléfono especializado 016, donde me pueden ofrecer ayuda y asesoramiento sin compromiso, en varios idiomas.
- La decisión de denunciar o no la toma cada mujer. Sin embargo, debo saber que, si denuncio, entro en un proceso judicial en el cual accedo a **posibles órdenes de protección y a ayudas de tipo económico y social** (empleo, vivienda, alquiler, Renta Activa de Inserción-RAI/Ingreso Mínimo Vital - IMV).
- En caso de emergencia puedo acudir a mi centro de salud y/o urgencias, o llamar 112.



¿Qué pasa si sufro violencia de género, PERO NO TENGO PAPELES?

- Aunque no tenga papeles, **tengo el mismo derecho a denunciar y a asistencia jurídica gratuita**. Además de esto, una vez obtenida una orden de protección, informe del Ministerio Fiscal o de Servicios Sociales, tengo derecho a obtener una autorización de residencia y trabajo temporal para mí y para mis hijas e hijos menores de edad.
- Si mi permiso de residencia está emitido por **reagrupación familiar** dependiente de mi agresor, puedo obtener una autorización de residencia y trabajo independiente.

¿Qué pasa con MIS HIJAS E HIJOS?²

- Respecto a la custodia de hijos e hijas, cada caso es único y requiere un **asesoramiento jurídico personalizado** para estudiar las posibilidades y recursos disponibles para el bienestar de las y los menores. Si no hay una sentencia que indique que el maltratador ejerce violencia sobre los hijos e hijas, lo normal es que se decrete un régimen de visitas.

¿Y si sufro violencia y SOY MENOR DE EDAD?

- Si mi pareja o novio me controla o me maltrata física o psicológicamente debo llamar al 016 y buscar la ayuda de mi familia.
- Si siento que mis padres o familia son una amenaza, además de llamar al 016, puedo acudir a la policía, servicios sociales o un hospital. Es muy importante pedir ayuda.
- Si he sido víctima de algún tipo de violencia sexual, el proceso es el mismo. Se recomienda antes ir a un centro médico u hospital.
- Recuerda que nadie, ni siquiera tus padres, puede obligarte a contraer matrimonio, mucho menos si eres menor de edad. Llama al 016, acude a servicios sociales o háblalo con un profesor o profesora de tu confianza.
- Si es mi hija quien está sufriendo la violencia, dentro o fuera del hogar, debo llamar al 016 o contactar con servicios sociales o el CAVI de tu zona lo antes posible.



² Sus hijos e hijas menores de edad y los/as menores de edad sujetos a su tutela, o guarda y custodia son víctimas de esta violencia y la Ley Orgánica 1/2004 les reconoce toda una serie de derechos contemplados en los artículos 5, 7, 14, 19.5, 61.2, 63, 65, 66 y en la Disposición Adicional 17^a. (Artículos 23, 26 y 27.3 de la Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género).



SI NECESITAS MÁS INFORMACIÓN, POR FAVOR
CONTÁCTANOS EN:



MujeresLibresYSeguras



@mujereslibresy1



mujeressegurasylibres



Mujeres Libres y Seguras

👉 Descarga
la guía en este
código QR



Realiza



Financia



UNIÓN EUROPEA

FONDO DE ASILO,
MIGRACIÓN E
INTEGRACIÓN

Por una Europa plural

Esta acción se desarrolla en el marco del proyecto Programa para la sensibilización, prevención y protección integral en violencia de género en mujeres inmigrantes y sus descendientes "Mujeres seguras y libres" que desarrolla Asociación Columbares